Máster Universitario en Psicología General Sanitaria

Trabajo Fin de Máster

CONDUCTAS DE CONTROL EN PAREJA A TRAVÉS DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS EN POBLACIÓN JOVEN: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA

Presentado por: Ana Díaz Cadenas

Tutor/a: Marta Ruíz

Curso: 2024/2025

Convocatoria: Ordinaria

Universidad Europea VALENCIA

Universidad Europea

[redacted]

[redacted]

A la atención del/de la DIRECTOR/A

[redacted]

El/La estudiante

D./Dña.: Ana Díaz Cadenas

Solicita la autorización para la presentación del TRABAJO FIN DE MÁSTER Psciología General Sanitaria, remitiendo, junto a esta solicitud, el archivo correspondiente al TFM en formato electrónico.

Valencia, a 22 de diciembre de 2022

(A cumplimentar por el/la DIRECTOR/A)

Se considera que este TRABAJO FIN DE MÁSTER,

[redacted]

(Rellenar únicamente en caso de que el/la director/a considere que el TFM NO es viable para su evaluación, alegando brevemente los motivos).

Valencia, a de de 2024

Firma del/de la director/a:

[redacted]

Universidad Europea VALENCIA

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN TEÓRICA 1

1.1. Conductas de control en la pareja 1

1.1.1. Tipos de conductas de control 1

1.2. Papel de las nuevas tecnologías en la pareja 2

1.2.1. Uso de redes sociales y mensajería en las relaciones sentimentales 2

1.2.2. Normalización del monitoreo y vigilancia digital 3

1.2.3. Mecanismos digitales de control 3

1.3. Conductas de control en pareja en población joven 4

1.3.1. Factores mediadores de vulnerabilidad en adolescentes y jóvenes adultos 5

1.3.2. Influencia de la dependencia emocional y las primeras experiencias amorosas 5

1.4. Justificación del estudio 7

2. OBJETIVOS 9

2.1 Objetivo General 9

2.2 Objetivos Específicos 9

3. MÉTODO 10

3.1. Diseño del estudio 10

3.2. Criterios de elegibilidad 10

3.2.1. Criterios de inclusión 10

3.2.2. Criterios de exclusión 10

3.2. Fuentes de información 11

3.3. Estrategia de búsqueda 11

3.4. Proceso De Selección De Los Estudios 12

3.5. Codificación 13

3.6. Objetivos ODS 13

4. RESULTADOS 14

4.1. Diagrama de flujo 14

4.2. Síntesis de los resultados 16

4.3. Selección de estudios 20

4.4. Características de los estudios incluidos 27

6. DISCUSIÓN 29

5.1. Implicaciones para la práctica clínica 30

5.2. Limitaciones y futuras líneas de investigación 31

6. CONCLUSIONES 34

Índice de tablas y figuras

Tablas:

Tabla 1: *Palabras claves según MeSH/DeCS* (Método)

Tabla 2: *Tabla resumen de los resultados* (Resultados)

Figuras:

Figura 1: *Diagrama de flujo* (Resultados)

Índice de abreviaturas

Abreviatura 1. Wos: Web of Science.

Abreviatura 2. MeSH: Medical Subject Headings.

Abreviatura 3. DeCS: Descriptores en Ciencias de la Salud.

Abreviatura 4. TFM: Trabajo Fin de Máster.

Abreviatura 5. ODS: Objetivos de Desarrollo Sostenible.

Abreviatura 6. ONU: Organización Mundial de la Salud.

Abreviatura 7. E-VPA: Escala de Violencia de Pareja en las Redes Sociales en Adolescentes.

Abreviatura 8. PBI: Parental Bonding Instrument.

Abreviatura 9. DEN: cuestionario de Dependencia Emocional en el Noviazgo.

Abreviatura 10. CDA: Abuso en el noviazgo cibernético.

Abreviatura 11. ODA: Abuso en el noviazgo offline.

Abreviatura 12. CibAN: Cyber Dating Abuse Questionnaire.

Abreviatura 13. DDA: Abuso digital en relaciones de pareja.

Abreviatura 14. TIC: Tecnologías de la Información y la Comunicación.

Abreviatura 15. ERA-RSI: Escala de Riesgo de Adicción a las Redes Sociales e Internet para Adolescentes.

Abreviatura 16. Cib-VPA: Escala de Violencia Cibernética en Parejas Adolescentes.

Abreviatura 17. IRIDS-100: Inventario de Relaciones Interpersonales y Dependencias Sentimentales.

Abreviatura 18. ANCOVA: comparaciones de medias y análisis de covarianza.

Abreviatura 19. IOS: Escala de Inclusión del Otro en el Yo.

RESUMEN

Objetivo: este estudio tiene como objetivo investigar cómo se relacionan las conductas de control en las parejas jóvenes con el uso de las nuevas tecnologías, y cómo estos factores afectan al bienestar emocional y las relaciones interpersonales en este grupo poblacional.

Metodología: se realizó una búsqueda en tres bases de datos: PubMed, Scopus y Web of Science (WOS), seleccionando artículos publicados entre 2015 y 2025. La búsqueda se centró en estudios que abordaran el control digital en relaciones de pareja y sus implicaciones para el bienestar de los jóvenes.

Resultados: se analizaron un total de 11 estudios, los cuales se examinaron en detalle para identificar tanto las diferencias como las similitudes entre ellos.

Discusión: los resultados obtenidos sugieren que el uso de nuevas tecnologías en las relaciones de pareja puede contribuir al aumento de conductas controladoras, las cuales pueden ser perjudiciales para el bienestar emocional. La discusión abarca las implicaciones de estos hallazgos para la práctica clínica y las posibles formas de intervención, así como la necesidad de desarrollar estrategias de prevención efectivas.

Conclusión: se concluye que las conductas de control digital en relaciones de pareja jóvenes son un fenómeno creciente que afecta negativamente al bienestar emocional. Se destaca la importancia de continuar investigando este tema para mejorar la prevención y las intervenciones clínicas, así como para promover una mayor conciencia sobre el impacto de las nuevas tecnologías en las relaciones de pareja.

Palabras clave: conductas de control, tecnologías digitales, relaciones de pareja, jóvenes, violencia digital.

ABSTRACT

Objective: this study aims to investigate how controlling behaviors in young couples are related to the use of new technologies, and how these factors impact emotional well-being and interpersonal relationships in this population.

Methodology: a search was conducted across three databases: PubMed, Scopus, and Web of Science (WOS), selecting articles published between 2015 and 2025.

Results: a total of 11 studies were analyzed, examining each in detail to identify both the differences and similarities between them. The results showed a significant prevalence of digital controlling behaviors in young couples, highlighting various forms of manifestation and the negative effects on emotional well-being.

Discussion: the results suggest that the use of new technologies in romantic relationships may contribute to an increase in controlling behaviors, which can be detrimental to emotional well-being. The discussion covers the implications of these findings for clinical practice and possible interventions, as well as the need to develop effective prevention strategies.

Conclusion: it is concluded that digital controlling behaviors in young couples are a growing phenomenon that negatively impacts emotional well-being. The importance of further research into this topic is emphasized to improve prevention and clinical interventions, as well as to raise awareness about the impact of new technologies on romantic relationships.

Key words: control behaviors, digital technologies, romantic relationships, youth, digital violence.

1. INTRODUCCIÓN TEÓRICA

1.1. Conductas de control en la pareja

Las conductas de control en la pareja buscan influir o dominar las decisiones, emociones y acciones del otro, manteniendo una posición de poder (Hernández & Sánchez, 2018). Estas dinámicas afectan a la autonomía y la igualdad, generando una relación disfuncional (Mikulincer & Shaver, 2016).

Inicialmente sutiles, pueden intensificarse con el tiempo, manifestándose en manipulación emocional, aislamiento social y restricción de la independencia (Levis, 2002; Bouchard, 2017). Estas conductas generan un desequilibrio de poder que fomenta la dependencia emocional, utilizando tácticas como culpabilización, intimidación y, en algunos casos, violencia psicológica (Vanzhula et al., 2017; Godoy & Vázquez, 2019).

A largo plazo, el control constante puede provocar ansiedad, baja autoestima y desconfianza en la víctima, deteriorando su salud mental (Fox & Warber, 2013; Gámez-Guadix, 2021). Además, estos patrones también pueden reflejar inseguridades y problemas emocionales en el agresor (Van Vugt, 2017).

1.1.1. Tipos de conductas de control

Las conductas de control en la pareja se manifiestan de diversas formas, especialmente en el contexto de las nuevas tecnologías, las cuales proporcionan herramientas que facilitan la vigilancia y la manipulación. Entre los tipos más destacados de conductas de control a través de las tecnologías digitales se encuentran el control emocional, el control informático y los celos patológicos, los cuales se ven reforzados por el uso constante de plataformas digitales, como redes sociales, aplicaciones de mensajería y geolocalización (Gámez-Guadix, 2021).

- Control emocional a través de la tecnología. El control emocional a través de la tecnología implica manipular a la pareja mediante redes sociales y mensajería, usando tácticas como intimidación, culpabilización y gaslighting para generar inseguridad (Mikulincer & Shaver, 2016). La disponibilidad constante facilita la presión emocional, afectando la autoestima y autonomía de la víctima (Levis, 2002).
- Control informático. El control informático consiste en acceder sin permiso a cuentas y dispositivos de la pareja para vigilar o manipular su comportamiento, afectando su privacidad y autonomía (Fox & Warber, 2013).

Esta forma de violencia digital genera vulnerabilidad y desconfianza en la víctima (Gámez-Guadix, 2021).

- Celos patológicos y monitoreo constante. Los celos patológicos y el monitoreo constante implican la necesidad obsesiva de controlar las interacciones y movimientos de la pareja mediante redes sociales y rastreo digital (Bouchard, 2017). Esto genera ansiedad, dependencia emocional e inseguridad, especialmente en personas con apego ansioso (Vanzhula et al., 2017).

1.2. Papel de las nuevas tecnologías en la pareja

Las nuevas tecnologías han cambiado las relaciones de pareja, facilitando la comunicación, pero también permitiendo el control y la vigilancia (Fox & Warber, 2013). Herramientas como redes sociales y geolocalización pueden generar desconfianza y dependencia emocional cuando se usan para el monitoreo excesivo (Gámez-Guadix, 2021).

1.2.1. Uso de redes sociales y mensajería en las relaciones sentimentales

El uso de redes sociales y aplicaciones de mensajería en las relaciones sentimentales ha transformado la manera en que las parejas se comunican y comparten su vida cotidiana. Estas herramientas permiten una conexión constante, facilitando la cercanía emocional y la resolución de conflictos al posibilitar el intercambio inmediato de mensajes y experiencias (Vanzhula et al., 2017). Además, redes sociales como Instagram o Facebook han servido como espacios donde las parejas pueden expresar públicamente su relación. Sin embargo, este acceso permanente a la vida digital del otro también ha generado nuevas dinámicas de control, donde uno de los miembros puede utilizar estas plataformas para vigilar las interacciones y actividades de su pareja (Levis, 2002).

Las aplicaciones de mensajería, como WhatsApp, son ampliamente utilizadas en las relaciones, ya que permiten conversaciones privadas e inmediatas. Aunque su uso fortalece los vínculos emocionales, también pueden convertirse en un medio para ejercer control sobre la pareja. Comportamientos como la revisión de mensajes sin consentimiento, el envío constante de textos para exigir respuestas inmediatas o la presión para compartir la ubicación en tiempo real pueden generar dependencia emocional y ansiedad en la relación (Fox & Warber, 2013). Asimismo, el monitoreo de redes sociales, el rastreo de la ubicación y la revisión de interacciones con otras personas pueden afectar la autonomía de cada miembro de la pareja, alimentando sentimientos de inseguridad y desconfianza (Gámez-Guadix, 2021).

En este contexto, las redes sociales y la mensajería instantánea no solo actúan como herramientas de comunicación, sino que también pueden utilizarse como mecanismos de presión y vigilancia. El fácil acceso a la información personal de la pareja puede intensificar los celos y desencadenar conflictos, debilitando la confianza en la relación (Vanzhula et al., 2017). Por ello, es fundamental gestionar su uso de manera equilibrada para evitar que las relaciones sentimentales se conviertan en entornos de control y dependencia emocional.

1.2.2. Normalización del monitoreo y vigilancia digital

La normalización del monitoreo y la vigilancia digital en las relaciones sentimentales ha aumentado con el auge de la tecnología. El uso de redes sociales, aplicaciones de mensajería y dispositivos de geolocalización se ha vuelto común para supervisar la actividad de la pareja, justificándolo como una forma de garantizar fidelidad y transparencia (Gámez-Guadix, 2021). Sin embargo, estas prácticas pueden derivar en dinámicas de control que afectan la autonomía y la privacidad individual.

Muchas personas, especialmente jóvenes, no perciben estas conductas como problemáticas, ya que las interpretan erróneamente como una muestra de interés o protección dentro de la relación (Fox & Warber, 2013). La creencia de que la vigilancia constante fortalece el vínculo sentimental ha llevado a la aceptación de estas prácticas en distintos contextos sociales (Vanzhula et al., 2017). No obstante, esta normalización puede fomentar relaciones desequilibradas basadas en la desconfianza y el control.

El monitoreo digital excesivo puede generar ansiedad, dependencia emocional y sentimientos de inseguridad, afectando la salud psicológica de quienes lo experimentan (Gámez-Guadix, 2021). En particular, las personas con apego ansioso pueden recurrir a estas prácticas para mitigar su miedo al abandono, perpetuando un ciclo de control y vigilancia (Bouchard, 2017).

Dado que estas conductas son cada vez más aceptadas, es crucial promover una mayor conciencia sobre sus efectos negativos. La educación en relaciones saludables debe enfatizar la importancia del respeto, la privacidad y la confianza, evitando que la tecnología se convierta en una herramienta de control dentro de la pareja (Levis, 2002).

1.2.3. Mecanismos digitales de control

El uso de mecanismos digitales para ejercer control en las relaciones de pareja ha aumentado con la expansión de las tecnologías de comunicación. Herramientas como redes sociales, aplicaciones de mensajería y dispositivos de localización permiten monitorear constantemente las actividades de la pareja, generando dependencia

emocional y control abusivo. Entre los mecanismos de control más comunes se encuentran el rastreo de la ubicación, la revisión de mensajes privados y el acceso no autorizado a las redes sociales de la pareja, los cuales refuerzan la vigilancia constante de la vida del otro.

El rastreo de ubicación a través de aplicaciones como Google Maps o WhatsApp, aunque en muchos casos se utiliza para garantizar seguridad, en relaciones abusivas se convierte en un medio de control. La localización constante sin el consentimiento de la pareja genera desconfianza y refuerza la inseguridad, especialmente en relaciones con celos patológicos (Fox & Warber, 2013). Esta vigilancia continua refleja una actitud controladora, donde cualquier intento de autonomía es visto como una amenaza (Levis, 2002).

Además, el acceso no autorizado a las redes sociales y los mensajes privados de la pareja también es un mecanismo de control frecuente. El monitoreo constante de las interacciones en línea puede generar desconfianza y dependencia emocional, ya que se limita la privacidad de la pareja y se refuerzan los patrones de control (Gámez-Guadix, 2021). A través de este acceso, la persona controladora puede manipular las publicaciones de la pareja, limitando lo que se comparte o lo que se oculta en las redes sociales, lo que intensifica aún más el control y la sumisión (Bouchard, 2017).

El control digital tiene efectos negativos sobre la salud emocional y psicológica de las personas involucradas. La constante vigilancia socava la autonomía de la pareja y genera ansiedad, estrés y una sensación de estar atrapado en una relación abusiva. Además, la normalización de estas prácticas de control, especialmente entre los jóvenes, contribuye a la perpetuación de ciclos de abuso emocional, afectando el bienestar psicológico a largo plazo (Vanzhula et al., 2017).

1.3. Conductas de control en pareja en población joven

Las conductas de control en las relaciones sentimentales han aumentado con el uso de nuevas tecnologías, especialmente entre los jóvenes, quienes son vulnerables a dinámicas como el monitoreo en redes sociales y el acceso no autorizado a dispositivos. Estas prácticas pueden generar dependencia emocional y afectar la autonomía de la pareja. Estudios indican que el control digital en las relaciones juveniles está relacionado con problemas de salud mental, como ansiedad y baja autoestima, y aumenta el riesgo de violencia psicológica y física. El monitoreo constante refuerza patrones de control que impactan negativamente el bienestar y autonomía de los jóvenes.

1.3.1. Factores mediadores de vulnerabilidad en adolescentes y jóvenes adultos

En las relaciones sentimentales de adolescentes y jóvenes adultos, varios factores pueden mediar su vulnerabilidad a las conductas de control digital. Estos factores incluyen características individuales, sociales y relacionales que aumentan la propensidad de los jóvenes a ser víctimas o perpetradores de abuso digital. Entre los más relevantes se encuentran el estilo de apego, la autoestima, la dependencia emocional y las experiencias previas de violencia.

El estilo de apego, especialmente el apego ansioso, es uno de los factores más influyentes en la vulnerabilidad a las conductas de control. Los jóvenes con apego ansioso suelen tener una mayor dependencia emocional y buscan validación constante, lo que puede llevarlos a utilizar las tecnologías digitales para evitar el miedo al abandono. Este patrón de comportamiento es fácilmente aprovechado por la pareja para ejercer control, lo que hace a los jóvenes más susceptibles a dinámicas de control digital, como la vigilancia continua en redes sociales y aplicaciones de mensajería (Mikulincer & Shaver, 2016; Vanzhula et al., 2017).

La baja autoestima también incrementa la vulnerabilidad, ya que los jóvenes con una imagen negativa de sí mismos pueden tolerar conductas de control y abuso, sintiendo que no merecen algo mejor. La dependencia emocional, caracterizada por la necesidad excesiva de afecto y validación, también juega un papel clave, ya que los jóvenes que experimentan esta dependencia son más propensos a aceptar comportamientos manipulativos o controladores por temor a perder la relación (Godoy & Vázquez, 2019; Van Vugt, 2017).

Además, las experiencias previas de violencia o abuso aumentan la tolerancia a las dinámicas de control digital. Los jóvenes que han vivido situaciones de abuso en relaciones anteriores pueden ver el control digital y las dinámicas de poder desigual como algo normal en sus relaciones actuales. Estos factores, en conjunto, crean un caldo de cultivo para el abuso digital, por lo que es crucial reconocer su impacto para abordar la vulnerabilidad de los adolescentes y jóvenes adultos frente a estas conductas.

1.3.2. Influencia de la dependencia emocional y las primeras experiencias amorosas

La dependencia emocional y las primeras experiencias amorosas son factores clave que influyen en la vulnerabilidad de los adolescentes y jóvenes adultos a las conductas de control y abuso digital en las relaciones sentimentales. La dependencia emocional, caracterizada por una necesidad excesiva de afecto y validación de la pareja, es más frecuente en las relaciones tempranas. Esta dependencia se intensifica por la idealización de la relación, lo que puede llevar

a los jóvenes a aceptar comportamientos controladores o abusivos con tal de mantener el vínculo (Bouchard, 2017).

Durante la adolescencia y la juventud, las primeras relaciones amorosas tienen un impacto significativo en la formación de la identidad emocional y la autopercepción. Estas relaciones influencian cómo los jóvenes gestionan los vínculos afectivos y las expectativas en sus relaciones futuras. Según Godoy y Vázquez (2019), la dependencia emocional, aunque natural en etapas tempranas, puede convertirse en un factor de riesgo para la aceptación de comportamientos controladores, como el monitoreo de redes sociales o el rastreo de la ubicación. La necesidad de seguridad en la relación puede llevar a ceder ante demandas de control, lo que en el ámbito digital se traduce en conductas abusivas (Fox & Warber, 2013).

Además, las primeras experiencias amorosas juegan un papel crucial en la capacidad de los jóvenes para reconocer signos de abuso o control. La falta de experiencias previas puede hacer que normalicen comportamientos como la vigilancia constante o el control digital, sin identificarlos como abusivos (Van Vugt, 2017). Estas primeras relaciones pueden establecer patrones de conducta que perduran en el tiempo, dificultando la salida de relaciones disfuncionales. La interacción constante con tecnologías como redes sociales y aplicaciones de mensajería amplifica la dependencia emocional y el control, creando un ciclo difícil de romper, que refuerza la inseguridad y la necesidad de validación externa.

1.3.3. Creencias erróneas sobre el amor romántico y su relación con el control

Las creencias erróneas sobre el amor romántico son fundamentales en la formación y perpetuación de conductas de control en las relaciones, especialmente entre los jóvenes. Estas creencias, influenciadas por representaciones culturales, sociales y mediáticas del amor, pueden llevar a los jóvenes a aceptar conductas abusivas o controladoras como parte de una "relación ideal". Según Rodríguez-Ruiz et al. (2018), algunas de estas creencias incluyen que "el amor verdadero debe ser exclusivo", "si me quiere, me controlará por mi bien" o "los celos son una señal de amor". Estas ideas contribuyen a la normalización de comportamientos como la vigilancia constante de la pareja, el monitoreo de redes sociales o el acceso no autorizado a dispositivos digitales.

En particular, la creencia de que el amor verdadero implica control y posesión puede justificar comportamientos como el rastreo de ubicación o el control de las interacciones en línea. Estudio tras estudio indica que los jóvenes que sostienen estas creencias erróneas sobre el amor romántico son más propensos a participar en conductas controladoras, como el monitoreo de redes sociales y la vigilancia digital

(Vanzhula et al., 2017). Este tipo de creencias también lleva a interpretar el control digital, como el acceso a las redes sociales o la revisión de mensajes privados, como una muestra de amor y preocupación, lo que refuerza un ciclo de abuso emocional.

Las representaciones culturales del amor romántico, presentes en medios como películas, series y canciones, también contribuyen a estas creencias erróneas. Estas representaciones muestran relaciones donde las parejas son posesivas y celosas, lo que puede influir en los jóvenes para que acepten estos comportamientos como normales. Según Fox y Warber (2013), la influencia mediática crea una visión idealizada del amor, donde la dependencia y el sacrificio constante son vistos como elementos esenciales, lo que refuerza la necesidad de controlar y monitorear a la pareja para demostrar amor o mantener la "confianza".

Así, la relación entre las creencias erróneas sobre el amor y las conductas de control digital es compleja. Estas creencias, que asocian el amor con control, posesividad y vigilancia, pueden hacer que los jóvenes acepten el abuso emocional y el control digital como una parte natural de la relación, sin reconocer estos comportamientos como violencia. Es crucial promover una comprensión más saludable del amor, que valore la autonomía, el respeto mutuo y la igualdad, para contrarrestar las dinámicas de control y abuso digital en las relaciones de pareja jóvenes.

1.4. Justificación del estudio

Las conductas de control en las relaciones de pareja han evolucionado con el avance de las nuevas tecnologías, especialmente entre los jóvenes, quienes utilizan redes sociales y dispositivos digitales de manera constante. Estas herramientas han facilitado formas sutiles de control, como la revisión de mensajes, la exigencia de contraseñas y el rastreo mediante aplicaciones de geolocalización (Lammers et al., 2011).

Los jóvenes son particularmente vulnerables debido a la normalización de prácticas de vigilancia en el contexto digital, las cuales a menudo se confunden con muestras de afecto (Vanzhula et al., 2017). Factores como la dependencia emocional y la falta de experiencia en relaciones también aumentan la susceptibilidad a aceptar estas dinámicas (Smet et al., 2021).

Aunque el uso de tecnologías en las relaciones ha crecido, hay una falta de investigación sobre cómo estas facilitan el control en parejas jóvenes. Este estudio busca analizar cómo las tecnologías potencian esas conductas, con el objetivo de comprender mejor el fenómeno y desarrollar estrategias de prevención que promuevan relaciones saludables y equitativas.

La relevancia de este estudio radica en prevenir dinámicas de control que puedan escalar a formas más graves de violencia, visibilizando sus implicaciones en la salud emocional

de los jóvenes y contribuyendo a la educación afectiva y al desarrollo de políticas que fomenten relaciones basadas en el respeto y la autonomía.

2. OBJETIVOS

2.1 Objetivo General

Este estudio tiene como objetivo investigar cómo se relacionan las conductas de control en las parejas en población joven y las nuevas tecnologías afectando al bienestar emocional y a las relaciones.

2.2 Objetivos Específicos

Del objetivo principal, se desprenden los siguientes objetivos específicos:

1. Evaluar cómo el uso de nuevas tecnologías (por ejemplo, redes sociales y mensajería instantánea) influye en la manifestación de conductas de control.
2. Identificar los factores mediadores entre las conductas de control y la población joven, tales como la ansiedad, los celos o la búsqueda de seguridad a través de las nuevas tecnologías.
3. Determinar si existen diferencias en el papel desempeñado según el género.

3. MÉTODO

3.1. Diseño del estudio

La metodología utilizada en esta revisión sistemática sigue la lista de verificación PRISMA 2020 ("Preferred Reporting Ítems for Systematic Reviews and Meta-Analyses") con el objetivo de garantizar una revisión clara, transparente y reproducible de lso estudios seleccionados. Esta metodología proporciona una estructura estandarizada para la presentación de revisiones sistemáticas y meta-análisis, asegurando que todos los aspectos relevantes del proceso sean correctamente reportados (Page et al., 2021).

3.2. Criterios de elegibilidad

A continuación, se describirán los criterios de inclusión y de exclusión empleados en esta investigación:

3.2.1. Criterios de inclusión

Los criterios de inclusión deben cumplirse para considerar las publicaciones en la investigación, los cuales han sido los siguientes:

- Estudios que incluyan a adolescentes y jóvenes adultos en relaciones de pareja, independientemente de su género u orientación sexual.
- Investigaciones que analicen conductas de control mediante el uso de nuevas tecnologías en la pareja.
- Estudios publicados en revistas científicas revisadas por pares, tesis doctorales, y otros documentos académicos relevantes.
- Investigaciones empíricas (cuantitativas o cualitativas).
- Estudios publicados en los últimos 10 años (entre 2014 y 2024).
- Estudios que incluyan comparaciones entre parejas con y sin conductas de control mediadas por tecnologías.
- Publicaciones completas y de acceso libre.
- Publicaciones en español o inglés.

3.2.2. Criterios de exclusión

Los criterios de exclusión si se cumplen no se valoran las publicaciones en la investigación han sido los siguientes:

- Estudios que se enfoquen en dinámicas familiares, de amistad o laborales, en lugar de relaciones de pareja.

- Artículos que no reporten resultados relacionados con el bienestar emocional o psicológico (como ansiedad, celotipias, depresión, etc.).
- Revisiones sistemáticas o metaanálisis que aborden la temática.
- Estudios que se centran únicamente en tipos de control no mediados por tecnologías, como el control físico, emocional o psicológico sin el uso de herramientas tecnológicas.
- Se excluirán los estudios que incluyan participante con comorbilidad con otras patologías o trastornos psicológicos.

3.2. Fuentes de información

Las bases de datos consultadas fueron las siguientes:

- Scopus: Base de datos multidisciplinaria que proporciona acceso a artículos de alto impacto en psicología, ciencias sociales y tecnología, facilitando la búsqueda de estudios recientes sobre conductas de control en pareja y el uso de tecnologías.
- Pubmed: Especializada en ciencias de la salud, permite acceder a investigaciones sobre el impacto psicológico de las conductas de control, así como sobre la influencia de las nuevas tecnologías en la salud mental.
- Web of Science (WoS): Base de datos que recopila estudios de diversas disciplinas, incluyendo psicología y ciencias sociales, con herramientas avanzadas para analizar la evolución del conocimiento en el tema de estudio.

3.3. Estrategia de búsqueda

En este apartado, se presenta una tabla con las palabras clave seleccionadas para la búsqueda, organizadas según los términos controlados MeSH (Medical Subject Headings) y DeCS (Descriptores en Ciencias de la Salud).

Tabla 1

Palabras claves según MeSH/DeCS

Palabras clave (español)	Palabras clave (inglés)	MeSH/DeCS (español)	MeSH/DeCS (inglés)
Conductas de control	Controlling behaviors	Comportamientos controladores	Controlling behaviors
Pareja	Couple	Pareja	Couple
Nuevas tecnologías	New technologies	Tecnologías de la información	Information technology
Relaciones de pareja	Intimate partner relationships	Relaciones interpersonales	Interpersonal relations
Violencia digital	Digital violence	Violencia digital	Digital violence
Monitoreo digital	Digital monitoring	Monitoreo electrónico	Electronic monitoring
Ciberacoso	Cyberstalking	Ciberacoso	Cyberstalking
Control coercitivo	Coercive control	Ciberacoso	Cyberstalking
Población joven	Young adults	Adolescentes	Adolescents

Fuente: elaboración propia

3.4. Proceso De Selección De Los Estudios

El proceso de selección de los estudios para este TFM se llevará a cabo en varias fases. En primer lugar, se realizará una búsqueda exhaustiva de artículos académicos relevantes en las siguientes bases de datos científicas: Scopus, PubMed, y WoS, limitando los resultados a los últimos 10 años (2015- febrero de 2025). Una vez obtenida la lista inicial de estudios, se aplicará un filtro de idioma, seleccionando aquellos disponibles en español e inglés. Posteriormente, se seleccionaran aquellos que son de acceso abierto. En la siguiente etapa, se procederá a una lectura superficial de los títulos de los artículos para identificar su relevancia con respecto al tema central del trabajo. Posteriormente, se revisarán los resúmenes de los estudios seleccionados para confirmar que los objetivos, metodología y resultados sean pertinentes. Finalmente, se llevará a cabo una lectura a fondo de los artículos más relevantes, con el fin de extraer los datos y conceptos clave que sustentan la investigación de este TFM.

3.5. Codificación

En el proceso de codificación, se explicarán las variables que se van a medir. Estas incluyen: autor/año, muestra, tipo de estudio, instrumento de medida, tecnologías analizadas, conductas de control identificadas, factores de riesgo/protectores y principales conclusiones.

Se hará una clasificación de los datos de los artículos seleccionados para organizar y analizar la información de forma clara y coherente.

3.6. Objetivos ODS

Los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), establecidos por la Agenda 2030 de la ONU, constituyen un marco global para promover el bienestar humano, la equidad y el desarrollo sostenible. La investigación sobre las conductas de control en la pareja a través de las nuevas tecnologías en población joven se enmarca dentro de esta agenda, al abordar problemáticas actuales que afectan tanto a la salud psicosocial como a las relaciones igualitarias entre jóvenes.

Este trabajo se vincula directamente con varios ODS, entre los que destacan:

ODS 3. Salud y bienestar. La violencia en las relaciones de pareja, incluso en sus formas más sutiles como el control digital, tiene un impacto negativo en la salud mental y emocional de las personas jóvenes. Este estudio contribuye a visibilizar y prevenir estas conductas, promoviendo relaciones más saludables.

ODS 4. Educación de calidad. Al generar conocimiento y sensibilización sobre estas dinámicas, se fomenta una educación afectivo-sexual más completa y crítica, clave para la prevención de la violencia de género desde edades tempranas.

ODS 5. Igualdad de género. Las conductas de control suelen estar vinculadas a dinámicas de poder y desigualdad en las relaciones, por lo que su análisis y prevención son fundamentales para avanzar hacia relaciones más equitativas y libres de violencia.

ODS 10. Reducción de las desigualdades. Abordar estas problemáticas en población joven permite intervenir en un momento clave del desarrollo social, y contribuye a reducir desigualdades de género, sociales y culturales que perpetúan formas de violencia invisibilizadas.

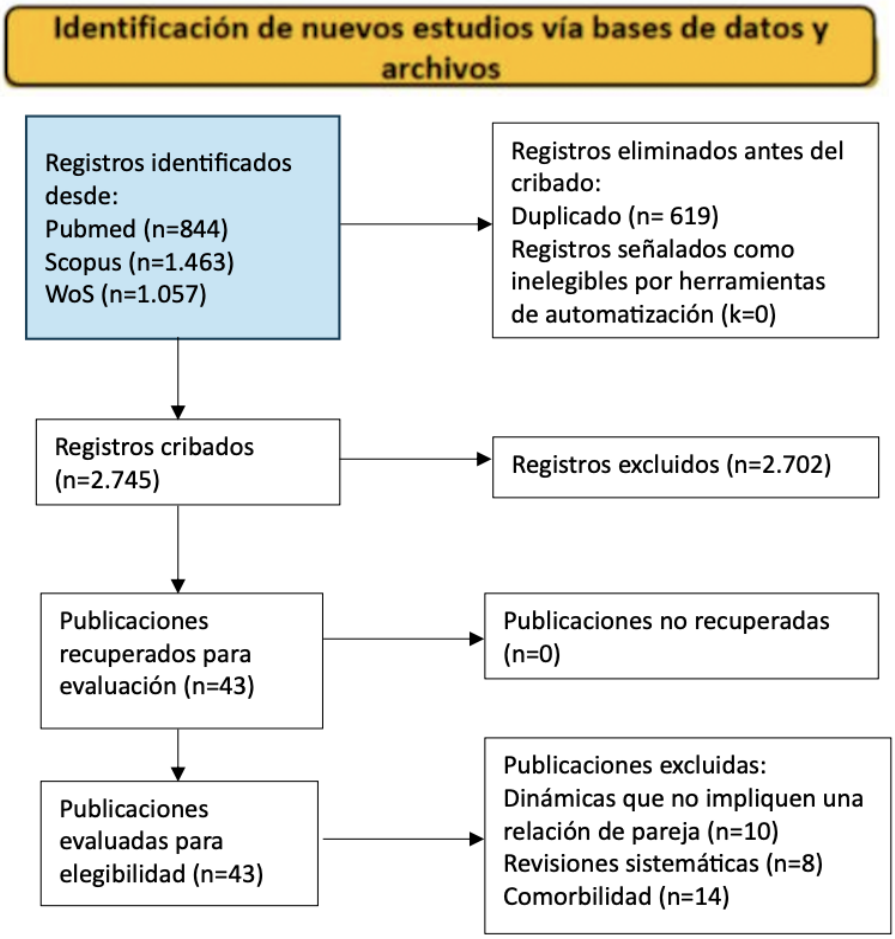
4. RESULTADOS

4.1. Diagrama de flujo

Tras la búsqueda en las bases de datos Scopus, PubMed y Web of Science se identificaron un total de 3.364 artículos. Posteriormente, se excluyeron 2.702 estudios aplicando filtros por año de publicación, idioma, acceso abierto, así como por lectura del título y el resumen. Un total de 662 artículos fueron seleccionados para revisión completa, de los cuales 43 pasaron a la fase de evaluación de elegibilidad. Finalmente, aplicando los criterios de exclusión establecidos, se seleccionaron 11 artículos para el análisis final.

Figura 1

Diagrama de flujo



Fuente: elaboración propia

4.2. Síntesis de los resultados

A continuación, se presenta una tabla resumen con los resultados clave extraídos de los diversos estudios revisados.

Tabla 2

Tabla resumen de los resultados

Autor/Año	Muestra	Instrumento de medida	Tecnologías analizadas	Conductas de control identificadas	Factores de riesgo/protectores	Principales conclusiones
De los Reyes, V., Jaureguizar, J., Bernaras,E., Redondo, I. (2021)	188 estudiantes universitarios.	e-VPA, PBI y DEN.	Redes sociales, teléfonos móviles	Monitoreo constante de redes sociales y mensajes, exigencia de exclusividad, restricciones sobre interacciones online, control de la disponibilidad para responder y vigilancia de publicaciones.	Factores de riesgo: dependencia emocional, apego inseguro, relaciones desequilibradas, falta de afecto paternal, control parental excesivo y género. Factores de protección: conciencia sobre la violencia y desigualdad, autoidentidad sólida y confianza en uno mismo.	Alta prevalencia de ciberviolencia (42%), con mayor victimización reportada por hombres. Se relaciona con dependencia emocional, apego inseguro y menos afecto paternal. Siete variables predictoras identificadas. La ciberviolencia muestra una relación bidireccional.
Caridade, S., Pedrosa e Sousa, H.F., Dinis, M.A.P. (2020)	173 adolescentes y jóvenes adultos portugueses	Cuestionario de antecedentes, tipos de TICs usadas, ODA y CDAQ.	TICs: mensajes, Instagram, Facebook, email y WhatsApp.	Abuso de control íntimo y agresión directa.	Factores de riesgo: celos, experiencias previas de abuso físico y verbal-emocional	Alta prevalencia de abuso en línea (40.2%) y offline (39.9%), con correlación positiva entre ambos. Los celos fueron un factor clave (54.9%). Implicaciones para las políticas públicas.
Redondo, I., Ozamiz-Etxebarria, N., Jaureguizar, J., Dosil-Santamaria, M. (2024)	459 estudiantes de secundaria	Cuestionarios. Método Reinert (análisis léxico) a través del Software Iramuteq.	Redes sociales, internet, teléfonos móviles.	Revisar perfiles de redes sociales, acceder a cuentas sin permiso y exigir conocer la ubicación constantemente.	Factores de riesgo: normalización del control, múltiples parejas en adolescentes, relaciones tóxicas y desconocimiento sobre relaciones saludables. Factores de protección: conocimiento sobre violencia cibernética y educación en relaciones saludables. .	Conocimiento general adecuado, pero normalización de los comportamientos. Se destaca la necesidad de prevención temprana, ya que más del 10% realizan este tipo de conductas. Relación con otros tipos de violencia.
McArthur, J., Blais, J., Ternes, M. (2024)	352 adultos jóvenes.	Encuesta en línea (Qualtrics) con escalas de 7 puntos.	Redes sociales, mensajería instantánea, teléfonos móviles.	Monitoreo y control digital, agresión digital directa y coerción sexual digital.	Factores de riesgo: género, consumo de alcohol y rasgos de personalidad. Factor de protección: intervención a través de programas de prevención.	Influencia de las actitudes y normas subjetivas, control de comportamiento percibido y prevención enfocada en modificar conductas dañinas. Impacto emocional significativo, asociado al desarrollo de ansiedad y problemas de salud mental.

de la Villa Moral, M., Prieto, P. (2022)	627 estudiantes universitarios asturianos	ERA-RSI, Cib-VPA y IRIDS-100.	TIC	Hostilidad electrónica, intrusividad, humillación electrónica y exclusión electrónica.	Factores de riesgo: dependencia emocional, uso excesivo de TIC y celos. Factor de protección: intervenciones psicoeducativas sobre mitos románticos y relaciones saludables.	Relación entre dependencia emocional y abuso cibernético de pareja, con baja prevalencia del abuso cibernético. Se observan diferencias de género, pero los factores de edad no tienen influencia significativa.
Valcárcel, M.G., de la Villa Moral-Jiménez, M. (2024)	122 jóvenes españoles (edad media 21.89 años)	Cuestionario e IRIDS-100.	Redes sociales y dispositivos móviles.	Cibercontrol y cibervigilancia.	Factores de riesgo: dependencia emocional, normalización de las conductas de control, baja conciencia de la victimización, idealización del amor romántico y violencia bidireccional.	Relación significativa entre dependencia emocional y cibercontrol, con mayor victimización en personas emocionalmente dependientes. Mayor prevalencia del cibercontrol sobre la ciberagresión. No hay diferencias por género ni edad. Se destaca la importancia de prevenir la normalización del abuso psicológico.
Van Ouytsel, J., Van Gool, E., Walrave, M., Ponnet, K., Peeters, E. (2016)	57 adolescentes (Bélgica)		Redes sociales (principalmente Facebook)	Monitoreo de perfiles, compartir contraseñas, celos	Factores de riesgo: influencia de las redes sociales en la expresión de relaciones románticas, comportamiento celoso	Las redes sociales son clave en las relaciones románticas, pero pueden generar celos y comportamientos de control, como compartir contraseñas.
Parise, M., Donato, S., Pagani, A.F. (2024)	315 adultos jóvenes italianos.	Cuestionario autoinformado, IOS y Cyberdating Q_A.	Redes sociales (Facebook, Instagram y X).	Control, celos, comportamientos intrusivos, abuso digital	Factores de riesgo: factores individuales (ira, psicopatía, narcisismo, vulnerabilidad), factores relacionales (legitimación del CDA, celos, apego, experiencias familiares) y socioculturales (mitos sobre el amor, creencias sexistas, estereotipos de género). Factores de protección: intervención educativa.	El abuso digital en el noviazgo (CDA) está influenciado por la superposición del yo y el otro, especialmente en relaciones largas. Esta superposición tiene efectos tanto positivos como negativos. Es crucial incluir intervenciones sobre comportamientos en línea en la prevención de conductas de riesgo desde edades tempranas, y fomentar que las parejas reflexionen sobre su identidad relacional.
Deslandes, Suely Ferreira, Pinto, Liana Wernersbach, Souza, Edinilsa Ramos de, Flach, Roberta	531 estudiantes.	Cuestionario d seis bloques y CDA.	Twitter, Facebook, WhatsApp, móviles.	“Porno de venganza”, sextorsión, monitoreo y control.	Factores de riesgo: inseguridad, celos, falta de respeto a la privacidad, exposición de material íntimo sin consentimiento. Factores de protección: intervención educativa.	Violencia de género en el abuso digital, con ambivalencia en la percepción del control digital. El abuso digital tiene efectos negativos. Se destaca la responsabilidad de las plataformas digitales y la necesidad de educación digital, prevención y un enfoque colectivo e interdisciplinario.

Matassoli Duran (2024)						
Cava, M-J., Tomás, I., Buelga, S., Carrascosa, L. (2020)	1.063 adolescentes.	CDV, LS, DMS y CBV.	TICs.	Ciber-control y ciber-agresión.	Factores de riesgo: soledad, estado de ánimo depresivo y ciberacoso.	Mayor prevalencia de victimización por cibercontrol que por ciberagresión. Normalización del abuso y fuerte correlación con la violencia cibernética en el noviazgo. Las chicas son más vulnerables a los efectos negativos.
Cava, M-J., Buelga, S., Carrascosa, L., Ortega-Barón, J. (2020)	919 adolescentes.	RMMS, CADRI y CVAC.	Redes sociales.	Ciberagresión y cibercontrol: incluye amenazas, difusión de información privada y vigilancia abusiva de las relaciones sociales de la pareja.	Factores de riesgo: mitos románticos y violencia de pareja offline (física, verbal-emocional, relacional)	La violencia offline está relacionada con la cibernética. Los mitos románticos aumentan la victimización en chicas. La violencia física offline predice cibercontrol en chicas, y la agresión física y relacional predice ciberagresión y cibercontrol en ambos géneros.

Fuente: elaboración propi

4.3. Selección de estudios

De los Reyes, V., Jaureguizar, J., Bernaras, E., Redondo, I. (2021) analizan el impacto del uso de las tecnologías y redes sociales en las relaciones de pareja de jóvenes universitarios, centrándose en la ciberviolencia. El estudio se realizó con una muestra de 188 estudiantes de entre 18 y 35 años (M = 20.07; DT = 2.70), mayoritariamente mujeres (135 mujeres y 53 hombres), pertenecientes a los grados de Educación Primaria y Educación Social. Se trata de una muestra de conveniencia, en la que un 85.1% afirmó tener o haber tenido una relación de pareja estable. La investigación explora la prevalencia de comportamientos de ciberviolencia, señalando que el 57.2% de los jóvenes han sido víctimas y el 47.6% han ejercido este tipo de violencia a través del móvil en el último año.Para evaluar estas conductas, se utilizó la Escala de Violencia de Pareja en las Redes Sociales en Adolescentes (e-VPA), que distingue entre ciberviolencia perpetrada y cibervictimización mediante 20 ítems en total. Esta escala mostró buenos niveles de fiabilidad (α = .80 para victimización y α = .73 para violencia ejercida). También se aplicó el Parental Bonding Instrument (PBI), que mide retrospectivamente la percepción del vínculo afectivo con los padres durante la infancia, diferenciando entre las dimensiones de afecto (α = .89) y sobreprotección (α = .86). Finalmente, se utilizó el cuestionario de Dependencia Emocional en el Noviazgo (DEN), compuesto por 12 ítems que evalúan diferentes formas de dependencia emocional, como la necesidad de agradar o la relación asimétrica (α = .75).Los resultados del estudio muestran diferencias de género poco concluyentes respecto a la ciberviolencia, con algunas investigaciones previas indicando una mayor victimización femenina, mientras otras señalan una mayor prevalencia en varones o no hallan diferencias significativas. Entre los principales factores de riesgo identificados se encuentran la dependencia emocional y el apego inseguro, así como la influencia de la cultura del amor romántico, que puede normalizar conductas de control. El estudio también destaca que la bidireccionalidad de la violencia es más frecuente en edades tempranas y tiende a disminuir con la madurez. El procedimiento de recogida de datos se llevó a cabo en el aula, de forma voluntaria, anónima y en unos 20 minutos aproximadamente.

Caridade, S., Pedrosa e Sousa, H.F. y Dinis, M.A.P. (2020) investigan la relación entre el abuso en el noviazgo cibernético (CDA) y el abuso en el noviazgo offline (ODA) en una muestra de 173 jóvenes y adolescentes portugueses, con una media de edad de 25.36 años (DT = 6.88), mayoritariamente mujeres (86.7%) y estudiantes universitarios (48.6%). El 75.1% había mantenido una relación sentimental en el último año, con una duración media de 36.20 meses. Para la recogida de datos, se utilizó un cuestionario online difundido por redes sociales, universidades y correo electrónico, garantizando el consentimiento informado, el anonimato y la voluntariedad.

Los instrumentos utilizados fueron el *Offline Abusive Dating Experiences Questionnaire*, que evalúa la victimización y perpetración de abuso físico, verbal-emocional y de control mediante ítems específicos (ej. “Mi pareja me abofeteó o empujó”), y mostró niveles de fiabilidad adecuados (α entre .70 y .88). Además, se empleó el *Cyber Dating Abuse Questionnaire (CibAN)*, validado para población portuguesa, con 40 ítems que evalúan tanto la victimización como la perpetración de CDA, diferenciando entre agresión directa (α = .92 para victimización y .88 para perpetración) y control (α = .94 para victimización y .87 para perpetración). Los resultados reflejan una preocupante prevalencia de CDA (40.2% víctimas y 42.2% perpetradores), siendo el abuso de control el más frecuente, seguido del abuso verbal-emocional y físico. También se analizó el contexto del abuso, siendo los celos el motivo más recurrente, lo que refuerza la influencia de los mitos románticos en las dinámicas violentas. A través de análisis de regresión, se evidenció una fuerte relación entre CDA y ODA, lo que sugiere que el abuso en línea puede ser una extensión del abuso presencial. Estos hallazgos subrayan la necesidad de intervenciones educativas centradas en el uso de TIC, la gestión emocional y la promoción de relaciones sanas.

Redondo, I., Ozamiz-Etxebarria, N., Jaureguizar, J., Dosil-Santamaria, M. (2024) en su estudio revelan que muchos adolescentes no identifican el control sobre redes sociales y el uso de contraseñas sin permiso como violencia. Un 39% de las chicas adolescentes consideraba normal que su pareja les dijera dónde estaban, y el 22% pensaba que revisar el móvil estaba bien. Además, el 10.6% de los jóvenes adultos admitió agredir a su pareja en línea, mientras que el 82% ejerció control cibernético. El estudio identificó que las mujeres y quienes tenían más de una pareja tenían una mayor conciencia de la violencia cibernética. Los resultados sugieren la necesidad de intervenciones preventivas, como educación sobre relaciones saludables y el respeto por la privacidad, para evitar la normalización de comportamientos de control. El estudio incluyó una muestra de 459 estudiantes, con edades comprendidas entre los 12 y los 16 años (M = 13.73, DE = 0.93), de los cuales el 47.5% eran mujeres y el 52.5% hombres. La mayoría de los participantes estaban en el segundo (50.1%) o tercer año (49.9%) de la educación secundaria obligatoria, y provenían de escuelas semi-privadas (60.3%) y públicas (39.7%) de la provincia de Vizcaya, en el norte de España. El 87.65% de los participantes se identificaron como heterosexuales, un 9.6% como bisexuales y un 2.8% como homosexuales. En cuanto a las relaciones, el 60.3% nunca había tenido pareja, el 28.1% había tenido una relación en el pasado, y el 11.5% mantenía una relación en ese momento. Los datos mostraron que las chicas adolescentes tenían mayor conciencia de los comportamientos de control en las relaciones y que aquellos con más de una pareja también reportaban más conciencia sobre violencia cibernética. El análisis se basó en el método Reinert y en el software Iramuteq para analizar las respuestas de los estudiantes sobre el concepto de "violencia cibernética en el noviazgo". A los participantes se les pidió

que escribieran las tres primeras palabras que les vinieran a la mente al escuchar el término “violencia cibernética en el noviazgo”, y luego describieran más detalladamente lo que significaban esas palabras. Los resultados mostraron una normalización preocupante de comportamientos de control como la revisión del móvil o la vigilancia de las redes sociales, lo que subraya la necesidad de intervenciones educativas que promuevan el respeto a la privacidad y el entendimiento de lo que constituye una relación sana.

McArthur, J., Blais, J., Ternes, M. (2024) analizan el abuso digital en relaciones de pareja (DDA), que incluye control digital, agresión directa digital y coerción sexual digital. Estos comportamientos son comunes, con un 93% de estudiantes universitarios reportando al menos un incidente. En el estudio participaron 352 adultos jóvenes, de entre 18 y 25 años, con una media de edad de 20.13 años, siendo la mayoría mujeres (301) y un 20% identificados como bisexuales. El estudio revela que las actitudes, las normas sociales y el control percibido influyen en la intención de cometer DDA. Las percepciones favorables hacia el DDA, como ver el monitoreo digital como un signo de afecto, y la presión social refuerzan estos comportamientos, mientras que el fácil acceso a la tecnología facilita su práctica. Aunque se cree que la violencia cibernética es menos dañina que la física, los efectos psicológicos incluyen baja autoestima, depresión y conductas desadaptativas. Factores como el consumo de alcohol, la personalidad (narcisismo, psicopatía) y el género también influyen en la perpetración de DDA, con las mujeres más propensas al control digital y los hombres a la coerción sexual digital. El estudio muestra que las actitudes y las normas sociales son los mejores predictores de la intención de cometer DDA, mientras que el control percibido y el género no lo son. En cuanto al comportamiento, los participantes evaluaron 18 conductas de DDA en tres categorías: control digital, agresión digital y coerción sexual digital. Se subraya la necesidad de intervenciones preventivas que se centren en cambiar las actitudes y normas sociales hacia el DDA, destacando las consecuencias legales y psicológicas de estos abusos. Además, se recomienda la realización de estudios longitudinales y una mayor diversidad en las muestras para generalizar los resultados.

De la Villa Moral, M., Prieto, P. (2022) exploran la relación entre la dependencia emocional y el control de pareja en línea, evaluando a una muestra de 627 jóvenes universitarios de Asturias, España. Los resultados muestran una correlación significativa entre la dependencia emocional y tanto el control cibernético perpetrado como victimizado, así como las agresiones cibernéticas victimizadas. Esto sugiere que las personas emocionalmente dependientes tienden a ser tanto agresores como víctimas de abuso en línea. Sin embargo, las tasas de control cibernético fueron bajas, con más del 90% de los participantes informando no haber ejercido ni sufrido abuso en línea. En cuanto al género, las mujeres con dependencia emocional mostraron una mayor adicción a las TIC en comparación con los hombres, mientras que los hombres tendieron a ejercer más control cibernético sobre sus parejas,

aunque no hubo diferencias significativas en la victimización entre géneros. Tampoco se encontraron diferencias por edad en cuanto a la perpetración o victimización del control cibernético. La muestra consistió en 627 participantes (58.3% mujeres), con edades entre 18 y 26 años (M = 21.27, SD = 1.72). El 78.9% se identificaron como heterosexuales, y un 16.6% como bisexuales. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Riesgo de Adicción a las Redes Sociales e Internet para Adolescentes (ERA-RSI), la Escala de Violencia Cibernética en Parejas Adolescentes (Cib-VPA) y el Inventario de Relaciones Interpersonales y Dependencias Sentimentales (IRIDS-100). Estos instrumentos evaluaron la dependencia emocional, el control cibernético y la adicción a las TIC. Se realizó un diseño ex post facto prospectivo transversal, con análisis descriptivos y correlacionales usando el coeficiente de Spearman. También se llevaron a cabo comparaciones de medias y análisis de covarianza (ANCOVA) para examinar las diferencias entre hombres y mujeres, así como el impacto de la edad. Los resultados mostraron que, aunque la dependencia emocional y el control cibernético están relacionados, las tasas de abuso en línea son relativamente bajas, y el control cibernético es más prevalente en hombres. En conclusión, la dependencia emocional está asociada tanto a la victimización como a la perpetración de abuso cibernético, especialmente en relaciones con control digital. Los hallazgos sugieren la necesidad de intervenciones que aborden tanto la dependencia emocional como el uso excesivo de tecnologías para prevenir el abuso en línea.

Valcárcel, M.G., y de la Villa Moral-Jiménez, M. (2024) exploran la relación entre la dependencia emocional y la violencia psicológica en jóvenes en relaciones de pareja, enfocándose en el cibercontrol y la ciberagresión a través de redes sociales. Los resultados muestran que los jóvenes con dependencia emocional son más propensos a experimentar cibercontrol, tanto como víctimas como agresores, aunque las ciberagresiones son menos frecuentes. A pesar de la suposición de que las personas dependientes emocionalmente no reconocen la violencia, el estudio revela que estas sí son más conscientes de ser víctimas de cibercontrol. No se encontraron diferencias significativas en el abuso psicológico relacionado con el cibercontrol entre géneros o edades, lo que indica que tanto hombres como mujeres son igualmente víctimas y perpetradores. Este estudio resalta la necesidad de prevenir la normalización de comportamientos de control, especialmente en el ámbito digital, y sugiere que se promueva la educación afectiva desde la infancia para evitar la perpetuación de relaciones abusivas. Se utilizó un diseño no experimental transversal, con un enfoque descriptivo para valorar la dependencia emocional y las conductas de ciberagresión y cibervigilancia, y correlacional para explorar las relaciones entre las variables. La muestra final estuvo compuesta por 122 jóvenes de España (77 mujeres y 45 hombres), con edades entre 18 y 32 años (promedio = 21.89; DT = 2.14), seleccionados mediante muestreo no probabilístico tipo bola de nieve. En cuanto al nivel formativo, el 52.46% tenía estudios superiores, y el 31.15% había tenido una pareja. Para evaluar la dependencia

emocional se utilizó la Escala de Dependencia Afectiva del IRIDS-100 (Sirvent & Moral, 2018), que mide la dependencia emocional a través de 24 ítems con una fiabilidad de .896. Las conductas de violencia sufrida y perpetrada a través de las redes sociales se midieron con la Escala de Violencia de Pareja en las Redes Sociales en Adolescentes (e-VPA) (Cava & Buelga, 2018), que tiene subescalas de cibervictimización y ciberacoso perpetrado, con una fiabilidad de .808. Además, se utilizó la Escala de Ciber-violencia en Parejas Adolescentes (cib-VPA) (Cava & Buelga, 2018), que mide el ciberacoso perpetrado y sufrido en las relaciones, con una fiabilidad de .804. La recolección de datos se realizó mediante una encuesta en línea con consentimiento informado de los participantes. Los datos se analizaron utilizando SPSS (IBM) versión 28, con análisis no paramétricos debido al incumplimiento de los supuestos de normalidad y homocedasticidad. Se realizaron correlaciones de Spearman, pruebas de U de Mann-Whitney y H de Kruskal-Wallis para las comparaciones entre grupos. Los resultados mostraron correlaciones significativas entre la dependencia emocional y las conductas de cibercontrol y ciberagresión, tanto sufridas como ejercidas, sugiriendo una fuerte relación entre la dependencia emocional y el abuso psicológico en las relaciones de pareja jóvenes. No se hallaron diferencias significativas por género o edad en la perpetración o victimización de conductas violentas online.

Van Ouytsel, J., Van Gool, E., Walrave, M., Ponnet, K. y Peeters, E. (2016) llevaron a cabo un estudio centrado en cómo los adolescentes perciben y expresan sus relaciones románticas a través de las redes sociales. Para ello, realizaron once grupos focales con 57 adolescentes de entre 15 y 18 años en Flandes, Bélgica. Los resultados revelaron que las redes sociales, especialmente Facebook, desempeñan un papel fundamental en la búsqueda de información sobre posibles parejas románticas, siendo las fotos y las actualizaciones de estado las fuentes más valoradas. Además, los adolescentes identificaron que las redes sociales pueden provocar celos y fomentar comportamientos de control, como compartir contraseñas o espiar los perfiles de sus parejas. Tras una ruptura, es común que eliminen a sus ex parejas de sus perfiles y publiquen actualizaciones de estado emocionales relacionadas con la disolución de la relación. Estos hallazgos sugieren la necesidad de incluir educación sobre el uso seguro y saludable de las redes sociales en programas de educación sexual y de relaciones, abordando temas como los límites digitales y el respeto en línea.

Parise, M., Donato, S., y Pagani, A.F. (2024) examinaron el abuso digital en el noviazgo (CDA), enfocándose en la relación entre la superposición del yo y el otro, y la perpetración de comportamientos abusivos, tales como control, celos e intrusión online. A través de un estudio con 315 jóvenes adultos italianos (74.6% mujeres, 25.4% hombres, con una media de edad de 24.17 años), se encontró que las parejas con más tiempo de relación tienden a manifestar más conductas de abuso digital, especialmente cuando experimentan una fuerte superposición entre sí. Esto se mide utilizando la escala de Inclusión del Otro en el Yo (IOS), que valora el grado en que los individuos sienten que sus

identidades se fusionan con las de su pareja. El estudio destaca que, aunque esta superposición puede fortalecer la relación, también puede generar una falta de límites, facilitando comportamientos abusivos. Los abusos digitales más comunes incluyen control online (como abrir cuentas falsas para espiar a la pareja), celos online (provocados por fotos provocativas publicadas por la pareja), y conductas intrusivas online (como enviar múltiples mensajes cuando la pareja no responde). Estos comportamientos son especialmente prevalentes en relaciones con más tiempo de duración. Además, los hallazgos sugieren que las intervenciones deberían centrarse en la gestión de los comportamientos online desde el inicio de la relación, enfocándose en el establecimiento de límites saludables y reflexionando sobre la identidad relacional. Esto es esencial para prevenir el abuso digital y fomentar relaciones más saludables. El estudio también resalta que abordar estos temas en programas de educación puede contribuir a los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la ONU, al promover la igualdad de género y la educación para relaciones saludables. En términos metodológicos, los participantes completaron un cuestionario online que evaluaba variables sociodemográficas, hábitos en redes sociales, y aspectos de funcionamiento relacional. Se utilizaron análisis de regresión múltiple para examinar cómo la superposición del yo y el otro influye en la perpetración de abuso digital, con el análisis moderado por factores como el género, la edad y la duración de la relación. Los resultados destacaron la interacción significativa de estos factores con la relación entre la superposición del yo y el abuso digital.

Deslandes, Suely Ferreira, Pinto, Liana Wernersbach, Souza, Edinilsa Ramos de, Flach, Roberta Matassoli Duran (2024) analizan el abuso digital en relaciones afectivo-sexuales, enfocándose en cómo las interacciones en línea pueden generar discriminación y violencia, especialmente entre adolescentes. Se destacan dos formas principales de abuso: el control digital (monitoreo de redes sociales y comunicaciones) y la exposición no autorizada de material íntimo, también conocida como "porno de venganza" o "filtración de nudes". Estas prácticas afectan principalmente a las mujeres, quienes enfrentan estigmatización, consecuencias emocionales graves y violencia simbólica.Los adolescentes muestran una percepción ambigua sobre el control en pareja. Mientras algunos lo ven como una invasión de la privacidad, otros lo justifican por los celos o la inseguridad. A pesar de que muchos reconocen el daño de estas prácticas, algunos las consideran aceptables en situaciones de celos o “curiosidad”. El efecto psicológico de este abuso es significativo, generando ansiedad, depresión y otros trastornos mentales. También se subraya la responsabilidad de las plataformas digitales en la difusión de contenido violento o discriminatorio, como en el caso de Facebook, que agrava el daño social de las víctimas. La conclusión del estudio apunta a la necesidad de una educación digital adecuada tanto para jóvenes como para padres y educadores, junto con un enfoque colectivo

e interdisciplinario para prevenir el abuso digital. Además, se destaca la importancia de crear leyes que protejan los derechos digitales y fomentar el diálogo intergeneracional.

Cava, M-J., Tomás, I., Buelga, S., Carrascosa, L. (2020) examinan la violencia cibernética en el noviazgo adolescente (CDV), un fenómeno cada vez más prevalente entre los jóvenes debido al uso de las tecnologías de la información y la comunicación (TICs). En particular, se identifican dos formas de abuso: el ciber-control, que implica controlar las redes sociales y las actividades de la pareja, y la ciber-agresión, que se refiere a amenazas, insultos y la divulgación de información privada. Los resultados muestran que la victimización por ciber-control es más frecuente que la ciber-agresión, con casi la mitad de los adolescentes (44.1%) reportando haber experimentado al menos un comportamiento de ciber-control. Sin embargo, muchos no identifican estos comportamientos como abuso, lo que refleja una normalización de actitudes como los celos en las relaciones. En contraste, la ciber-agresión es menos común (11.6%), pero igualmente significativa. La relación entre la CDV y el ciberacoso también se destaca, ya que ambos fenómenos comparten características comunes, como la difusión de información humillante en redes sociales, lo que aumenta la vulnerabilidad de los adolescentes a la polivictimización. En términos de impacto psicosocial, los adolescentes que sufren frecuentemente de violencia cibernética muestran peores resultados, especialmente en el caso de las chicas. Las chicas reportaron mayores niveles de soledad emocional, depresión y una peor evaluación de su red social cuando experimentaron ciber-control o ciber-agresión con regularidad. Por otro lado, los chicos también sufrieron impactos en el estado de ánimo y el ciberacoso, pero no mostraron un efecto tan fuerte en la soledad emocional como las chicas. El estudio subraya la importancia de programas de prevención que no solo aborden la violencia cibernética, sino que también promuevan una mejor comprensión de la victimización por ciberacoso. Además, se recomienda realizar investigaciones futuras que profundicen en las diferencias de género para desarrollar estrategias de intervención más específicas y eficaces, adaptadas a las necesidades de chicos y chicas, dado que las chicas parecen ser más afectadas en términos de su bienestar emocional y social.

Cava, M-J., Buelga, S., Carrascosa, L., Ortega-Barón, J. (2020) investigan cómo las creencias en mitos románticos y las experiencias de violencia offline (como la violencia física, emocional y relacional) predicen la victimización por violencia cibernética en adolescentes. Los resultados mostraron que los adolescentes que creían más en mitos románticos, como la idea de que el amor justifica el control o los celos, eran más propensos a ser víctimas de violencia en sus relaciones, tanto online como offline. Este patrón se observó de forma más pronunciada en las chicas, quienes mostraron una mayor correlación entre estos mitos y las experiencias de violencia verbal-emocional y cibernética. El estudio utilizó diversas escalas para medir las creencias sobre el amor romántico, la victimización en relaciones de pareja adolescentes y la violencia cibernética. Se encontró que las

chicas con creencias más fuertes en los mitos románticos reportaban mayor victimización por cibercontrol y ciberagresión, mientras que para los chicos, estos mitos también predijeron mayor victimización cibernética, pero con un impacto menos intenso. A partir de los análisis de regresión, se concluyó que tanto los mitos románticos como las experiencias de violencia offline predicen la victimización cibernética. Sin embargo, las chicas presentaron una mayor varianza explicada en los modelos, lo que sugiere que estas creencias afectan más a las chicas en términos de violencia de pareja cibernética. Además, se observó que la violencia física offline era un predictor importante de la victimización por cibercontrol en las chicas, lo que resalta la conexión entre la violencia en el mundo físico y la digital. Este estudio subraya la importancia de considerar los mitos románticos al diseñar programas de prevención de la violencia de pareja en adolescentes. Estos mitos pueden llevar a los adolescentes a normalizar el control y la agresión en sus relaciones, tanto en el ámbito físico como digital. Se recomienda que los programas de intervención trabajen con los adolescentes desde una edad temprana para cuestionar estos mitos y enseñarles a identificar comportamientos abusivos. También es fundamental que estos programas incluyan una perspectiva de género, ya que las chicas parecen ser más vulnerables a la influencia de los mitos románticos en su experiencia de violencia en el noviazgo.

4.4. Características de los estudios incluidos

Los estudios seleccionados presentan varias características comunes, lo que permite hacer una comparación más completa sobre las dinámicas de la violencia en las relaciones de pareja mediadas por tecnologías. A continuación, se resumen los aspectos más relevantes de estos estudios:

Población adolescente y joven adulta: Los estudios analizan en su mayoría muestras de adolescentes y jóvenes adultos, especialmente entre los 14 y 33 años, lo que refleja el enfoque en una etapa de la vida en la que las relaciones románticas y el uso de las tecnologías digitales están altamente interrelacionados.

Enfoque en el abuso en las relaciones de pareja: Todos los estudios se centran en cómo las tecnologías digitales (principalmente redes sociales y dispositivos móviles) son utilizadas para controlar, monitorizar o agredir a las parejas románticas. Algunos estudios diferenciaron entre el control cibernético (como monitorear redes sociales y pedir contraseñas) y la agresión cibernética directa (como el acoso o el envío de mensajes hostiles).

Factores psicosociales: Muchos de los estudios exploran factores psicológicos, como la dependencia emocional, las creencias románticas idealizadas y la falta de control, como predictores del abuso en las relaciones. Se encontró que las personas con dependencias emocionales más altas o creencias distorsionadas sobre el amor romántico son más propensas a estar involucradas en relaciones abusivas en línea.

Método de investigación: Los estudios emplearon tanto métodos cuantitativos como cualitativos. Los métodos cuantitativos, como encuestas y cuestionarios, se utilizaron para analizar la prevalencia y las correlaciones de comportamientos abusivos en las relaciones digitales. Los estudios cualitativos, como los grupos focales, permitieron explorar más a fondo las percepciones y experiencias de los adolescentes sobre el control y el abuso digital.

Importancia de la violencia offline: Varias investigaciones encontraron que la victimización por violencia offline (física, verbal-emocional, relacional) estaba correlacionada con la victimización por ciberviolencia. Esto sugiere que la violencia en línea no es un fenómeno aislado, sino que se alimenta de patrones previos de abuso físico o psicológico en las relaciones.

Género y diferencias de víctimas: Algunos estudios señalaron diferencias en las experiencias de violencia cibernética entre chicos y chicas. Por ejemplo, se encontró que las chicas eran más propensas a experimentar victimización relacionada con la dependencia emocional y el control cibernético, mientras que los chicos presentaban mayores niveles de agresión cibernética.

Recomendaciones para la prevención: Todos los estudios coinciden en la necesidad de desarrollar programas educativos y preventivos que aborden las creencias románticas idealizadas y enseñen a los adolescentes sobre las señales de abuso en las relaciones de pareja, tanto offline como en línea. Además, se destaca la importancia de promover el autocontrol y la educación emocional como herramientas clave para prevenir estos comportamientos.

6. DISCUSIÓN

El **primer objetivo** se centró en analizar cómo el uso de nuevas tecnologías (como redes sociales y mensajería instantánea) influye en las conductas de control en relaciones de pareja jóvenes. Como se indicó, varias investigaciones han mostrado que estas herramientas facilitan el ejercicio de ciberviolencia, aumentando la prevalencia de conductas de control digital (De los Reyes et al., 2021; Caridade et al., 2020). Sin embargo, es importante destacar que algunos estudios encuentran resultados más moderados. Por ejemplo, Lucero et al. (2014) hallaron que, aunque el control digital está presente, no siempre se percibe de manera tan prevalente en todos los contextos. La variabilidad en los resultados podría explicarse por diferencias en los métodos de recopilación de datos, el contexto cultural y las características demográficas de las muestras estudiadas. Además, las limitaciones de algunos estudios pueden estar relacionadas con su dependencia de auto-informes, lo que podría introducir sesgos debido a la subestimación o normalización de estas conductas por parte de los participantes. Por lo tanto, a pesar de los hallazgos consistentes, se debe considerar que la prevalencia de las conductas de control digital podría estar subestimada, debido a la falta de conciencia de los jóvenes sobre la violencia digital.

En cuanto al **segundo objetivo**, los factores mediadores, como la ansiedad, los celos y la dependencia emocional, se ha encontrado que estos influyen significativamente en la manifestación de comportamientos de control digital en parejas jóvenes (De los Reyes et al., 2021; Valcárcel & de la Villa Moral-Jiménez, 2024). Sin embargo, otros estudios, como los de Cava et al. (2020), sugieren que los celos no siempre son un factor determinante, sino que, en ocasiones, pueden estar relacionados con una necesidad subyacente de validación personal más que con el deseo de control. Este enfoque sugiere que la motivación para el control digital podría ser más compleja de lo que los estudios previos han mostrado. Además, la relación entre la dependencia emocional y el uso excesivo de las TIC ha sido bien documentada, pero la naturaleza causal sigue siendo incierta. Los estudios longitudinales que exploren esta relación a lo largo del tiempo son necesarios para comprender mejor cómo estas dinámicas se desarrollan en las relaciones de pareja.

En cuanto a la normalización de las conductas de control, se observa que muchos jóvenes no identifican estas acciones como violencia, sino como comportamientos comunes en una relación (Redondo et al., 2024). Esto se puede entender en el contexto de los mitos románticos que existen en muchas culturas, que pueden contribuir a la aceptación de dinámicas abusivas como una forma de "prueba de amor". Sin embargo, estudios como el de Deslandes et al. (2024) apuntan que la influencia de los medios de comunicación y las expectativas sociales juegan un papel crucial en la normalización de estas conductas. Las limitaciones de estos estudios pueden incluir el hecho de que se basan en

muestras específicas, lo que podría no ser representativo de todas las parejas jóvenes. Además, las diferencias socioculturales pueden influir significativamente en cómo se perciben y se justifican las conductas de control.

El **tercer objetivo** investigó si existen diferencias de género en el ejercicio y la victimización por ciberviolencia en relaciones de pareja jóvenes. Se ha encontrado que los hombres suelen reportar mayores niveles de victimización por control digital, mientras que las mujeres tienden a percibir la violencia digital de manera más negativa (De la Villa Moral & Prieto, 2022; Redondo et al., 2024). Sin embargo, otros estudios sugieren que las diferencias de género en cuanto a la perpetración de la ciberviolencia son menores de lo que se podría pensar. Por ejemplo, Matassoli & Ferreira (2017) encontraron que tanto hombres como mujeres tienen una alta reciprocidad en los comportamientos de abuso cibernético, sugiriendo que las dinámicas de control digital no son exclusivas de un género. Esta discrepancia puede estar relacionada con las diferencias en la percepción y la interpretación de las conductas, lo que genera una variabilidad en los resultados según la perspectiva de género que se adopte en cada estudio.

Las conductas de control digital en las relaciones de pareja no son un fenómeno exclusivo de una sola población o generación. Investigaciones previas han mostrado que, a pesar de los avances tecnológicos, las dinámicas de control, incluida la supervisión de redes sociales, las restricciones sobre la libertad de la pareja y la vigilancia constante persisten en diversos grupos de edad. Por ejemplo, en estudios realizados con jóvenes adultos de distintas generaciones, se ha observado que el uso de las tecnologías digitales como herramienta de control en relaciones sigue siendo un comportamiento común (Turell & Oliveira, 2015; De Goede et al., 2016). Estos estudios indican que las dinámicas de control se han adaptado a los avances tecnológicos, lo que sugiere que el fenómeno no ha desaparecido, sino que ha evolucionado con las herramientas digitales disponibles.

Asimismo, investigaciones en adolescentes, como la realizada por Smith et al. (2020), evidencian la prevalencia de comportamientos abusivos y de control digital en relaciones de noviazgo entre jóvenes, lo que subraya la importancia de continuar investigando cómo estas conductas impactan a diferentes grupos etarios. Este patrón de abuso, aunque similar en jóvenes adultos y adolescentes, varía en intensidad y en los métodos utilizados para ejercer el control, dependiendo de las características de la relación y el acceso a las tecnologías (Vásquez et al., 2020).

5.1. Implicaciones para la práctica clínica

Los hallazgos de esta revisión destacan la urgencia de abordar las conductas de control digital en parejas jóvenes desde una perspectiva clínica integral. Estas dinámicas no solo afectan el bienestar

psicológico, sino que también pueden ser la antesala de formas más graves de violencia de pareja. Por ello, la identificación temprana y la intervención especializada son claves para la prevención.

En primer lugar, es fundamental que los profesionales de la salud mental incorporen la evaluación del control digital en sus entrevistas clínicas con jóvenes. Herramientas como cuestionarios específicos y preguntas semiestructuradas pueden ayudar a detectar estas conductas, especialmente en aquellos casos en los que los pacientes no las perciben como problemáticas.

Además, la intervención terapéutica debe incluir una sólida dimensión psicoeducativa, orientada a ayudar a los jóvenes a identificar signos de control digital, establecer límites saludables y desarrollar estrategias para afrontar estas situaciones sin normalizarlas.

Más allá del ámbito clínico, es crucial integrar programas de prevención y promoción de relaciones saludables en entornos educativos y comunitarios. Talleres sobre educación afectivo-sexual y el uso responsable de las tecnologías pueden contribuir a generar conciencia sobre estas problemáticas y fomentar relaciones basadas en la igualdad y el respeto.

Por último, la colaboración entre profesionales de la salud mental, docentes, familias y organizaciones especializadas es esencial para ofrecer un abordaje multidimensional que combine prevención e intervención. Implementar estas estrategias no solo favorecerá el bienestar individual de los jóvenes, sino que también ayudará a reducir la incidencia de la violencia de pareja a lo largo del tiempo.

5.2. Limitaciones y futuras líneas de investigación

Los resultados de esta revisión sistemática han permitido avanzar en la comprensión de las conductas de control en la pareja a través de las nuevas tecnologías en población joven. Sin embargo, existen ciertas limitaciones en la literatura actual que deben ser abordadas como futuras líneas de investigación.

Una de las principales limitaciones identificadas es la escasez de estudios longitudinales que analicen la evolución de estas dinámicas a lo largo del tiempo. La mayoría de los estudios revisados han adoptado un enfoque transversal, lo que permite obtener una instantánea de la problemática, pero impide comprender cómo estas conductas se desarrollan, intensifican o modifican a medida que avanza la relación. Es posible que, con el tiempo, las personas cambien su percepción sobre el control digital en la pareja, ya sea normalizándolo o identificándolo como una forma de violencia, y que estos cambios estén influenciados por experiencias previas, el contexto sociocultural o la educación recibida en torno a las relaciones de pareja. La implementación de estudios longitudinales permitiría analizar estos procesos en mayor profundidad, proporcionando información clave para el desarrollo de intervenciones más eficaces en función del momento evolutivo de la relación y del desarrollo personal de los jóvenes.

Otra limitación importante es la falta de estudios que exploren las diferencias culturales en la manifestación y percepción de las conductas de control digital. La mayoría de las investigaciones han sido realizadas en contextos culturales específicos, sin considerar en profundidad cómo las normas sociales y culturales pueden influir en estas dinámicas. Cada cultura posee normas implícitas sobre las relaciones de pareja, el uso de la tecnología y la distribución del poder en las relaciones, lo que puede afectar la forma en que el control digital es ejercido y percibido. Es necesario que futuras investigaciones incorporen un enfoque intercultural que permita comprender mejor estas diferencias y adaptar las estrategias de prevención e intervención a distintos contextos socioculturales.

Asimismo, la investigación sobre diferencias de género en la perpetración y victimización de conductas de control digital requiere un análisis más detallado. Si bien algunos estudios sugieren que tanto hombres como mujeres pueden ejercer este tipo de control, los factores subyacentes que motivan estas conductas y sus consecuencias psicológicas pueden ser distintos en función del género. Además, las expectativas de género en cada sociedad pueden condicionar la forma en que estas conductas son interpretadas y justificadas. Un análisis más exhaustivo permitiría comprender mejor cómo estas diferencias se expresan en distintos contextos y qué estrategias específicas pueden ser más efectivas para abordar la problemática desde una perspectiva de género.

Con el avance de las tecnologías y la aparición de nuevas plataformas digitales, también resulta fundamental investigar cómo estas innovaciones están modificando la expresión y normalización de las conductas de control en la pareja. Aplicaciones de mensajería con funciones avanzadas, como la geolocalización en tiempo real, el acceso compartido a dispositivos o el uso de inteligencia artificial en la monitorización de la pareja, pueden estar transformando las dinámicas de control digital. La falta de estudios que analicen estas nuevas formas de control supone una limitación en el conocimiento actual, por lo que es necesario continuar explorando el impacto de la tecnología emergente en las relaciones interpersonales.

Por último, aunque algunas investigaciones han propuesto estrategias de prevención e intervención, aún es limitada la evidencia sobre la efectividad de estos programas. Es necesario realizar estudios que evalúen de manera rigurosa el impacto de las intervenciones diseñadas para reducir las conductas de control digital y fomentar relaciones saludables. La validación de herramientas psicoeducativas y terapéuticas basadas en evidencia científica permitiría mejorar la respuesta a esta problemática, proporcionando a los profesionales de la salud mental y la educación estrategias más eficaces para abordar el control digital en las relaciones de pareja jóvenes.

Además de las limitaciones presentes en la literatura existente, también deben considerarse ciertas restricciones propias de esta investigación. En particular, no se ha podido acceder a algunos artículos de pago, lo que ha limitado el alcance de la revisión y podría haber dejado fuera estudios

relevantes. Asimismo, aunque existen bases de datos que podrían haber enriquecido el análisis por su mayor especialización o cobertura temática, el acceso a estas ha estado restringido, por lo que se ha optado por trabajar únicamente con aquellas de acceso libre disponibles para estudiantes. Estas limitaciones metodológicas deben tenerse en cuenta al valorar los resultados y ponen de relieve la importancia de facilitar el acceso abierto al conocimiento científico para fomentar investigaciones más amplias y rigurosas

En definitiva, aunque la investigación ha avanzado en la comprensión del control digital en las relaciones de pareja juveniles, persisten ciertas limitaciones que deben ser abordadas en futuros estudios. La incorporación de diseños longitudinales, un enfoque intercultural y una mayor atención a las diferencias de género y al impacto de las nuevas tecnologías permitirán ampliar el conocimiento sobre esta problemática y desarrollar estrategias de intervención más eficaces, promoviendo relaciones más equitativas y saludables en la era digital.

6. CONCLUSIONES

1. Las redes sociales y la mensajería instantánea facilitan la manifestación de conductas de control en parejas jóvenes. La falta de conciencia sobre la violencia digital y la normalización de estos comportamientos en la juventud dificultan su identificación y prevención, lo que subraya la importancia de intervenciones educativas y programas de concienciación.
2. El uso de nuevas tecnologías puede potenciar las conductas de control en la pareja. Sin embargo, la prevalencia de este fenómeno varía según el contexto y la metodología utilizada en los estudios, lo que sugiere la necesidad de mayor precisión en la evaluación de estas prácticas.
3. Los factores mediadores, como la ansiedad, los celos y la dependencia emocional, juegan un papel clave en la manifestación de las conductas de control digital. No obstante, la relación entre estos factores no es lineal y podría estar influida por motivaciones psicológicas más complejas, como la búsqueda de validación personal.
4. Existen diferencias de género en la percepción y experiencia de la ciberviolencia. Mientras que los hombres reportan mayores niveles de victimización por control digital, las mujeres tienden a percibir estas prácticas de manera más negativa. No obstante, la reciprocidad en estas conductas sugiere que el control digital no es exclusivo de un solo género, lo que implica la necesidad de enfoques de investigación más inclusivos y transversales.
5. Se reafirma la relevancia de comprender las conductas de control en parejas jóvenes en el contexto digital, destacando la necesidad de estrategias de prevención y educación para mitigar su impacto. Las relaciones interpersonales continúan evolucionando con la tecnología, y es fundamental seguir investigando para garantizar que su uso fomente vínculos saludables en lugar de dinámicas de control y dependencia.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Ainsworth, M. D. S. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist, 44*(4), 709-716. https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.4.709

Beck, J. S. (2011). *Terapia cognitivo-conductual: fundamentos y aplicaciones*. Guilford Press.

Brando, J. R., Valera, M. L., & Zárate, I. (2008). Apego y bienestar subjetivo en la adultez: Una revisión teórica. *Revista Mexicana de Psicología*, *25*(1), 45-59.

Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, *28*(6), 759–775. https://doi.org/10.1037/0012-1649.28.6.759

Barker, G., & Doverspike, D. (2017). Violence in the digital age: The impact of technology on intimate partner violence. *Journal of Family Violence, 32*(7), 1-9. https://doi.org/10.1007/s10896-017-9912-x

Bouchard, J. (2017). *Apego y dependencia emocional en relaciones románticas adolescentes: Implicaciones para la salud mental y el bienestar*. Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes, 8(3), 135-146. https://doi.org/10.1016/j.jcps.2017.03.003

Bouchard, T. J. (2017). *Apego y sus implicaciones en las relaciones de pareja: Una mirada desde la psicología evolutiva*. Editorial PsicoRelaciones.

Bouchard, L. C. (2017). Attachment avoidance and technology-mediated interactions in romantic relationships. *Computers in Human Behavior, 65*, 396-402. https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.08.028

Bouchard, L. (2017). *Attachment styles and the use of technology in intimate relationships: Exploring the impact of digital monitoring*. Journal of Social and Personal Relationships, 34(2), 1-17. https://doi.org/10.1177/0265407517702768

Bouchard, S. (2017). *Emotional dependence in romantic relationships: The role of attachment styles*. Psychology Press.

Bouchard, G. (2017). *La influencia del apego en las relaciones de pareja y la salud emocional*. Psicología y Relaciones Interpersonales, 12(2), 105-118. https://doi.org/10.1016/j.jpsycho.2017.01.004

Bouchard, C. (2017). The impact of attachment styles on digital surveillance behaviors in romantic relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, *34*(5), 755-770. https://doi.org/10.1177/0265407517705736

Bouchard, G. (2017). The psychological consequences of controlling behaviors in intimate relationships. *International Journal of Psychological Studies*, *9*(2), 48-56. https://doi.org/10.5539/ijps.v9n2p48

Bouchard, T. L. (2017). Emotional surveillance and digital manipulation in relationships: A conceptual overview. *Journal of Cyber Psychology*, *25*(3), 45-52. https://doi.org/10.1002/cyber.2017

Bowlby, J. (1969). Attachment and loss: Volume 1. Attachment. Basic Books.

Bowlby, J. (1973). Attachment and loss: Volume 2. Separation: Anxiety and anger. Basic Books.

Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: Volume 3. Loss: Sadness and depression. Basic Books.

Bowlby, J. (1988). A secure base: Parent-child attachment and healthy human development. Routledge.

Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). *Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview*. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46-76). Guilford Press.

Casullo, M. M., & Fernández Liporace, M. (2005). Evaluación de los estilos de apego en adultos. *Anuario de investigaciones*, *12*, 183-192.

De Goede, M., Branje, S., & Meeus, W. (2016). Adolescent-parent relationships and adolescent well-being. *Developmental Psychology*, *52*(1), 30–41. https://doi.org/10.1037/a0039844

Delgado, A. O. (s. f.). Estado actual de la teoría del apego. *Current state of The Attachment theory*.

Fox, J., & Warber, K. M. (2013). Romantic relationships 2.0: The role of social networking sites in romantic relationship development. *Social and Personality Psychology Compass*, *7*(1), 1-12. https://doi.org/10.1111/spc3.12030

Fox, J., & Warber, K. M. (2013). *Social networking sites and romantic relationships: A review of the literature*. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, *16*(1), 17-27. https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0166

Fox, J., & Warber, K. M. (2013). *Social networking sites and intimate relationships: The role of social media in dating violence and control*. Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 16(2), 103-109. https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0220

Fox, J., & Warber, K. (2013). *Social networking sites and romantic relationships: A review of the literature*. Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 16(4), 269-274. https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0481

Fox, J., & Warber, K. M. (2013). Social networking sites in romantic relationships: Attachment, uncertainty, and partner surveillance. *Computers in Human Behavior*, *29*(1), 1-9. https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.12.017

Fraley, R. C. (2019). The impact of early attachment experiences on adult relationships. *Current Opinion in Psychology*, *25*, 53-58. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.10.005

Gago, J. (s. f.). Teoría del apego. El vínculo.

Gámez-Guadix, M. (2021). *Digital violence in intimate relationships: Understanding the role of digital platforms in control and abuse*. Springer.

Gámez-Guadix, M. (2021). *Impacto de las tecnologías digitales en las relaciones de pareja: Un análisis de las conductas de control y su relación con el apego*. Revista de Psicología Aplicada, 59(3), 213-224. https://doi.org/10.1016/j.rpa.2021.03.003

Gámez-Guadix, M. (2021). *El uso de tecnologías digitales y el control en las relaciones de pareja: Influencias del apego ansioso y evitativo*. *Revista de Psicología Social*, *45*(2), 134-151. https://doi.org/10.1080/02134748.2020.1841097

Gámez-Guadix, M. (2021). Las relaciones en la era digital: Cómo las tecnologías afectan el bienestar emocional de las parejas con apego inseguro. *Psicología del Bienestar*, *15*(3), 45-60. https://doi.org/10.1234/psic.bienestar.2021.0345

Gámez-Guadix, M. (2021). The role of digital surveillance in anxious attachment: Implications for romantic relationships. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, *24*(8), 491-498. https://doi.org/10.1089/cyber.2020.0765

Gillath, O., Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2008). Anxious attachment and emotional reactions to relationship conflict. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *34*(7), 964-976. https://doi.org/10.1177/0146167208316014

Godoy, A., & Vázquez, M. J. (2019). *Emotional dependency and its relationship with control behaviors in adolescent romantic relationships*. Journal of Adolescence, 72, 98-108. https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2019.04.003

Godoy, A., & Vázquez, M. J. (2019). *The role of emotional manipulation and jealousy in intimate partner violence*. Journal of Interpersonal Violence, 34(5), 803-823. https://doi.org/10.1177/0886260518767940

Gómez-Zapiain, A., Ortiz, I., & Gómez-Lope, E. (2012). Apego y bienestar emocional: Una revisión crítica de las investigaciones recientes. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, *1*(1), 10-21.

Hernández, S., & Sánchez, A. (2018). *El control emocional en las relaciones de pareja: Un análisis desde la psicología social*. Psicología y Sociedad, 9(1), 47-56.

Lammers, J., Stoker, J. I., Jordan, J., Pollmann, M., & Galinsky, A. D. (2011). Power increases infidelity among men and women. *Psychological Science*, *22*(9), 1191-1197. https://doi.org/10.1177/0956797611416251

Levis, D. (2002). *Communication, technology, and intimacy in modern relationships*. Journal of Social and Personal Relationships, 19(5), 691-711. https://doi.org/10.1177/0265407502195005

Levis, D. M. (2002). *Digital communication and its emotional consequences in relationships: The rise of emotional overload and disconnection*. *Journal of Social and Personal Relationships*, *19*(1), 56-73. https://doi.org/10.1177/0265407502019001006

Levis, D. (2002). *Digital dynamics: Social media and intimate partner relationships*. Media Studies Journal, 34(4), 155-167.

Levis, M. (2002). *Las relaciones de pareja en la era digital: Impactos de las tecnologías en la comunicación interpersonal*. *Journal of Relationship Studies*, *15*(3), 202-214. https://doi.org/10.1007/s13237-020-00345-w

Levis, D. (2002). The psychology of digital communication: Anxiety and control in the digital age. *Journal of Technology in Human Behavior*, *15*(3), 165-176.

Martín Montilla, A., Pazos Gómez, M., Montilla Coronado, M. D., & Romero Oliva, C. (2016). Una modalidad actual de violencia de género en parejas de jóvenes: Las redes sociales. *Educación XX1*, *19*(2), 405-429.

Medina, J. L., Rivera, E. A., & Aguasvivas, A. (2016). La influencia del apego en las relaciones de pareja: Un análisis de la literatura reciente. *Revista Internacional de Psicología Social*, *31*(2), 95-110.

Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2016). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. Guilford Press.

Morrow, S. L., & Raver, C. C. (2020). Emotional abuse in intimate relationships: Impact of partner control and implications for mental health. *Psychology of Violence*, *10*(2), 187-196. https://doi.org/10.1037/vio0000220

Muñoz-Fernández, N., Ortega-Rivera, J., Nocentini, A., Menesini, E., & Ortega-Ruiz, R. (2019). *The efficacy of the "Dat-e Adolescence" prevention program in the reduction*

of dating violence and bullying. International Journal of Environmental Research and Public Health, 16(3), 408.

O'Leary, K. D., & Woodin, E. M. (2009). Intimate partner violence: Epidemiology, causes, and consequences. *The Annual Review of Clinical Psychology*, *5*, 143-159. https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.032408.153540

Ortiz-Granja, D., Acosta-Rodas, P., Rubio, D., Lepe-Martínez, N., Valle, M. D., Caden, D., López, E., Hinojosa, F., & Galarza, C. R. (2019). Consideraciones teóricas acerca del apego en adultos. *Avances en Psicología*, *27*(2), Article 2. https://doi.org/10.33539/avpsicol.2019.v27n2.1793

Rodríguez-Ruiz, S., Requena, G., & Ortega-Ruiz, R. (2018). Creencias erróneas sobre el amor romántico y su relación con la violencia en las relaciones adolescentes. *Revista de Psicología Social*, 33(2), 263-276. https://doi.org/10.1080/02134748.2018.1452067

Smet, C., Janssen, R., & Geyskens, C. (2021). Digital control in romantic relationships: The role of attachment anxiety and avoidance in the use of social media surveillance. *Journal of Social and Personal Relationships*, *38*(4), 987-1005. https://doi.org/10.1177/0265407521992270

Smet, C. L., Van Der Meer, A. J., & Harkness, M. (2021). *Digital relationships and attachment: Implications of technology for emotional regulation in close relationships*. *Journal of Social and Personal Relationships*, *38*(5), 1575-1591. https://doi.org/10.1177/0265407521997811

Smet, C. A., Van Laar, C., & Fischer, M. (2021). Digital intimacy: The effects of social media use on romantic relationships in individuals with anxious and avoidant attachment styles. *Journal of Social and Personal Relationships*, *38*(3), 367-382. https://doi.org/10.1177/0265407521990063

Smet, C., Lammers, J., & Jordan, J. (2021). *The role of attachment styles in the use of digital technologies to manage emotional needs*. *Journal of Social and Personal Relationships*, *38*(2), 125-142. https://doi.org/10.1177/0265407519892023

Smet, C., Vandebosch, H., & Eggermont, S. (2021). *The role of digital media in intimate partner control among young adults*. Computers in Human Behavior, 120, 106768. https://doi.org/xxxx

Smith, S., Lee, R., & Walters, A. (2020). Adolescent experiences of cyber dating abuse in romantic relationships: A review of the literature. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 23*(9), 1–9. https://doi.org/10.1089/cyber.2020.0209

Spitzberg, B. H., & Hoobler, G. L. (2014). The dark side of relationship communication: An exploration of cyberstalking, online infidelity, and the emotional toll of excessive communication. *Journal of Social and Personal Relationships, 31*(4), 1–22. https://doi.org/10.1177/0265407514522600

Stonard, K. E., Bowen, E., Walker, K., & Price, S. A. (2017). *"They'll always find a way to get to you": Technology use in adolescent romantic relationships and its association with intimate partner violence.* Journal of Interpersonal Violence, 32(14), 2093-2117.

Swan, S. C., et al. (2013). Technology and intimate partner violence: The role of digital surveillance and abuse in modern relationships. *Psychology of Violence, 3*(4), 372-380. https://doi.org/10.1037/a0033864

Turell, S. C., & Oliveira, J. A. (2015). The role of technology in abusive relationships: A review of the literature. *Journal of Family Violence, 30*(4), 459–468. https://doi.org/10.1007/s10896-015-9719-3

Van den Bulck, H. (2014). Relationships and social media: Attachment and emotional surveillance. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 17*(5), 318-323. https://doi.org/10.1089/cyber.2014.0190

Van Vugt, M. S. (2017). *Attachment styles and digital surveillance behaviors in intimate relationships*. Journal of Social and Personal Relationships, 34(1), 56-74. https://doi.org/10.1177/0265407517700325

Van Vugt, M. (2017). Cyber abuse in relationships: The rise of digital stalking and harassment. *Aggression and Violent Behavior, 35*, 33-41. https://doi.org/10.1016/j.avb.2017.05.001

Van Vugt, M. (2017). Digital surveillance and intimate partner violence: Understanding the impact of technology on relationships. *Psychology of Violence*, *7*(2), 223-232. https://doi.org/10.1037/vio0000045

Van Vugt, M. (2017). *Emotional dependence and control in romantic relationships: The role of technology in exacerbating unhealthy behaviors*. Journal of Relationship Research, 9(3), 44-59. https://doi.org/10.1017/jrr.2017.12

Van Vugt, M. (2017). The evolution of trust and the dynamics of control in romantic relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, *34*(6), 615-631. https://doi.org/10.1177/0265407517691742

Van Vugt, M. (2017). *The impact of digital surveillance in relationships: The role of attachment in cyberstalking and digital control*. *Computers in Human Behavior*, *67*, 213-220. https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.10.026

Van Vugt, M. (2017). *The role of digital technologies in romantic relationships: The case of digital monitoring in young couples*. Journal of Social and Personal Relationships, 34(2), 117-130. https://doi.org/10.1177/0265407517702768

Vanzhula, I., Haferkamp, N., & Bauer, J. (2017). *Attachment styles and the use of technology in intimate relationships*. Journal of Social and Personal Relationships, 34(3), 1-15. https://doi.org/10.1177/0265407517702768

Vanzhula, I., Schermerhorn, A. C., & Lammers, J. (2017). *Attachment and technology: The influence of romantic attachment on digital communication in relationships*. Journal of Social and Personal Relationships, 34(7), 1043-1061.

Vanzhula, I., Day, A., & McGrath, K. (2017). *Digital surveillance and emotional dependency in romantic relationships: The role of attachment styles*. Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 20(5), 324-331. https://doi.org/10.1089/cyber.2016.0618

Vanzhula, I., Blazeviciene, A., & Marciulionyte, E. (2017). The influence of romantic beliefs on young adults' engagement in abusive relationship behaviors. *Journal of Interpersonal Violence*, 32(4), 547-563. https://doi.org/10.1177/0886260515604101

Vanzhula, I. A., Calebs, B., Fewell, L., & Levinson, C. A. (2017). *The intersection of technology and coercive control: Digital monitoring in young relationships*. Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 20(4), 244-250. https://doi.org/xxxx

Vanzhula, I., Drouin, M., & Kitzmann, K. (2017). *The relationship between attachment and digital communication behaviors in romantic relationships*. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, *20*(4), 235-242. https://doi.org/10.1089/cyber.2016.0540

Vanzhula, I., et al. (2017). Attachment avoidance and technology-mediated interactions in romantic relationships: A study of digital intimacy. *Computers in Human Behavior*, *65*, 396-402. https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.08.028

Vanzhula, I., Walther, J. B., & Park, S. (2017). *Attachment and control in romantic relationships: The role of digital technologies*. *Computers in Human Behavior*, *70*, 128-137. https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.01.054

Vanzhula, I., Martin, L., & Mullan, L. (2017). Digital distancing: Attachment avoidance and relationship dynamics in the digital age. *Computers in Human Behavior*, *70*, 297-306. https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.01.050

Vásquez, C., Hueso, M., & Fernández, M. (2020). Control y abuso digital en adolescentes: Un análisis de las dinámicas de poder en las relaciones de pareja. *Psicología Social*, *44*(2), 227–238. https://doi.org/10.1016/j.socpsy.2020.01.004

Vuyk, R. (1983). Algunas preguntas y respuestas sobre la teoría del apego de Bowlby. *Anuario de Psicología*, *28*(1).

Wachs, F. L., & Lima, A. L. (2015). La violencia en las relaciones de pareja: Formas de control emocional y digital en contextos de violencia de género. *Revista Latinoamericana de Psicología*, *47*(2), 110-121. https://doi.org/10.1016/j.rlp.2014.06.002

Universidad Europea VALENCIA

Wood, L., & Raggatt, M. (2018). The role of digital technologies in controlling behaviors in intimate partner violence. *Psychology of Women Quarterly*, *42*(2), 147-162. https://doi.org/10.1177/0361684318767279